



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 20. April 2014 - 20. Mai 2014 – Vorgeschlagen
von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

WIEDERGEBURT DES MASKULINEN PRINZIPS

Die Balance zwischen dem weiblichen und dem männlichen Prinzip ist von essentieller Bedeutung für Gaia, den Erdkosmos und auch für jeden einzelnen Menschen.

Der weibliche Aspekt Gaias ist gesund und stark. Der männliche Aspekt ist hingegen problematisch, da er sich selbst durch seine aggressive Einstellung der menschlich / patriarchalischen Zivilisation mit dem Willen, die Erde und alle anderen Wesen zu beherrschen, erschöpft hat. Das Ergebnis ist, dass die Säule des männlichen Prinzips zerbrochen ist, was das Gleichgewicht der Erde gefährdet.

Das Ziel der gegenwärtigen Meditation des Monats ist es, das männliche Prinzip in uns wieder zu entdecken, ob wir nun Frau oder Mann sind, und mit seiner neuen Rolle im Erdkosmos in Verbindung zu kommen. Jeder ist eingeladen, an diesem derzeit dringenden Thema in seiner eigenen Art zu arbeiten – hier ist auch mein Vorschlag:

GAIA TOUCH Übung um das neue Verhältnis zwischen dem weiblichen und dem männlichen Prinzip zu verkörpern

1. Positioniere beide Hände an der Seite Deiner Brust in Herzhöhe, um mit dem männlichen Prinzip in Dir in Resonanz zu kommen. Die Fäuste sind kräftig zusammengeballt um anzuzeigen, dass Du Dich speziell mit der männlichen Kraft des Herzens verbindest. Der Daumen liegt dabei auf der Faust und ist nicht in ihr.
2. Verweile einige Zeit in dieser Position im Sonnenschein Deines Herzens, um mit der männlichen Qualität in Dir in Resonanz zu kommen.
3. Gehe dann mit ausgestreckten Armen in Deinen Rückenraum, um Dich mit den kausalen Dimensionen zu verbinden. Damit wird die neue Rolle des männlichen Prinzips symbolisiert. Es soll seine Einstellung, oberflächlich in der Welt vor dem Körper zu wirken, aufgeben und stattdessen die kreativen Prozesse aus dem Hintergrund unterstützen. Die Fäuste sind dabei weiter geballt.
4. Die Rückwärtsbewegung endet hinter dem Gesäß. Öffne dort die Fäuste und bewege die Hände nach vorne. Gehe in einer sanften Bewegung mit gestreckten Handflächen in Deinen Bauchraum. Wenn die Hände vor Deinem Bauch ankommen, machen mit ihnen eine Geste wie wenn sie ein Gefäß, oder den Gral, halten.
5. Bleibe einige Augenblicke in dieser Position in der Sphäre Gaias und verbinde Dich mit ihrer Inspiration, wie wir in einer weiblichen Weise handeln können während wir von der männlichen Stärke aus dem Hintergrund unterstützt werden.
6. Bewege dann die Hände in der selben Geste vor Deinem Körper weiter nach oben, um die weibliche Qualität ganz hinauf bis zum Kopf zu bringen und weiter bis wieder die Herzhöhe erreicht ist
7. Beginne nun wieder von vorne. Positioniere beide Hände an der Seite Deiner Brust ...
8. Setze eine Weile die Bewegungen fort und öffne dann Deine Hände, um das neue Muster der weiblich-männlichen Balance über die ganze Welt zu verteilen.

(siehe auch die Zeichnung auf der nächsten Seite)



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 20. April 2014 - 20. Mai 2014 – Vorgeschlagen
von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

